

**PENGARUH PENDIDIKAN GIZI DENGAN MEDIA BUKU SAKU  
TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DALAM PEMILIHAN  
JAJAN ANAK SD MUHAMMADIYAH 16 SURAKARTA**



**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Pendidikan  
Program DIII Gizi FIK UMS

Disusun Oleh:

**ABIDIN DIDIK ACHMADI**  
**J 300 120 051**

**PROGRAM STUDI DIII GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2015**

**HALAMAN JUDUL**

**PENGARUH PENDIDIKAN GIZI DENGAN MEDIA BUKU SAKU  
TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DALAM PEMILIHAN  
JAJAN ANAK SD MUHAMMADIYAH 16 SURAKARTA**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Pendidikan  
Program DIII Gizi FIK UMS

Disusun Oleh:

**ABIDIN DIDIK ACHMADI**

**J 300 120 051**

**PROGRAM STUDI DIII GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2015**

PROGRAM STUDI GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
KARYA TULIS ILMIAH

**ABSTRAK**

**ABIDIN DIDIK ACHMADI. J 300 120 051**

**PENGARUH PENDIDIKAN GIZI DENGAN MEDIA BUKU SAKU TERHADAP  
PENINGKATAN PENGETAHUAN DALAM PEMILIHAN JAJAN ANAK SD  
MUHAMMADIYAH 16 SURAKARTA**

**Latar Belakang:** Makanan jajanan memegang peranan yang cukup penting dalam memberikan asupan energi dan zat gizi lain bagi anak-anak usia sekolah.

**Tujuan:** Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan gizi tentang makanan jajanan sehat dengan media buku saku terhadap pengetahuan dalam pemilihan jajanan anak SD Muhammadiyah 16 Surakarta.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian *quasi experiment* atau *eksperimen semu*. Adapun pendekatan yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*, yaitu pada masing-masing kelompok diberikan *pre test* dan *post test*. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas 4 SD Muhammadiyah 16 Surakarta yang berjumlah 101 siswa, sedangkan sampel penelitian adalah 46 siswa kelas 4 SD Muhammadiyah 16 Surakarta dengan teknik pengambilan random sampling.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa Tingkat pengetahuan siswa kelas IV di SD Muhammadiyah 16 Surakarta tentang pemilihan jajan anak sebelum melakukan pendidikan gizi dengan media buku saku termasuk dalam kategori cukup (63,0%). Tingkat pengetahuan siswa kelas IV di SD Muhammadiyah 16 Surakarta tentang pemilihan jajan anak sesudah melakukan pendidikan gizi dengan media buku diketahui mengalami peningkatan, sehingga sebagian besar siswa mempunyai pengetahuan yang termasuk dalam kategori cukup (73,9%). Terdapat pengaruh pendidikan gizi tentang makanan jajanan sehat dengan media buku saku terhadap pengetahuan dalam pemilihan jajanan anak SD Muhammadiyah 16 Surakarta ( $p=0,021$ ).

**Kesimpulan:** Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Terdapat pengaruh pendidikan gizi tentang makanan jajanan sehat dengan media buku saku terhadap pengetahuan dalam pemilihan jajanan anak SD Muhammadiyah 16 Surakarta.

Kata kunci : buku saku, jajanan sehat  
Kepustakaan : 45 (2000 - 2011)

**NUTRITION PROGRAM STUDY  
FACULTY OF HEALTH SCIENCE  
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA  
RESEARCH PAPER**

**ABSTRACT**

**ABIDIN DIDIK ACHMADI. J 300 120 051**

**EFFECT ON FOOD NUTRITION EDUCATION WITH POCKETS OF  
KNOWLEDGE IN SELECTING CHILDREN SNACK SD MUHAMMADIYAH 16  
SURAKARTA**

**Background:** Snack food holds an important role in providing energy intake and other nutrients for children of school age.

**Purpose:** The purpose of this study was to determine the effect of nutrition education about healthy snacks with media pocket book of knowledge in the selection of snacks elementary school children Muhammadiyah 16 Surakarta.

**Method:** This study uses quantitative methods to research the type of quasi-experimental or quasi-experimental. The approach used was one group pretest-posttest design, ie in each group was given a pre-test and post-test. The population in this study is a 4th grade student Surakarta Muhammadiyah totaling 16 101 students, while the study sample was 46 students 4th grade 16 Muhammadiyah Surakarta with random sampling method.

**Result:** The results showed that the level of knowledge of fourth grade students in elementary school about the selection of Surakarta Muhammadiyah 16 children snack before doing nutrition education with media pocket book included in the category enough (63.0%). The level of knowledge of fourth grade students in 16 elementary Muhammadiyah Surakarta on child allowance election after doing nutrition education with media note book has increased, so most students have knowledge included in the category enough (73.9%). There is the influence of nutrition education about healthy snacks with media pocket book of knowledge in the selection of snacks 16 Surakarta Muhammadiyah elementary school children ( $p = 0.021$ ).

**Conclusion:** It can be concluded that the influences of nutrition education about healthy snacks with media pocket book of knowledge in the selection of snacks 16 Surakarta Muhammadiyah elementary school children.

**Keywords** : pocket books, healthy snacks

**Bibliography** : 45 (2000 - 2011)

**PENGARUH PENDIDIKAN GIZI DENGAN MEDIA BUKU SAKU  
TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DALAM PEMILIHAN  
JAJAN ANAK SD MUHAMMADIYAH 16 SURAKARTA**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Pendidikan  
Program DIII Gizi FIK UMS

Disusun Oleh:

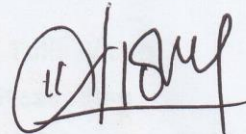
**ABIDIN DIDIK ACHMADI**  
**J 300 120 051**

**PROGRAM STUDI DIII GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2015**

### **PERNYATAAN KEASLIAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis ilmiah ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, 14 Agustus 2015



**ABIDIN DIDIK ACHMADI**

**HALAMAN PERSETUJUAN  
ARTIKEL PUBLIKASI ILMIAH**

Judul Penelitian : Pengaruh Pendidikan Gizi dengan Media Buku Saku Terhadap  
Peningkatan Pengetahuan Dalam Pemilihan Jajan Anak SD  
Muhammadiyah 16 Surakarta

Nama Mahasiswa : Abidin Didik Achmadi

Nomor Induk Mahasiswa : J 300 120 051

Telah diuji dan dinilai Tim Penguji KTI Program Studi Ilmu Gizi  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta  
pada tanggal 15 Oktober 2015

Menyetujui

Pembimbing I

Pembimbing II

  
(Muwahhidah, SKM., M.Kes)

NIK. 865 / NIDN. 06 2701 7302

  
(Luluk Ria Rakhma, S.Gz., M.Gizi)

NIK. 100.1553

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta



(Setyaningrum Rahmawaty A., M.Kes., Ph.D)

NIK. 744 / NIDN. 06 2312 7301



## PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul Penelitian : PENGARUH PENDIDIKAN GIZI DENGAN  
MEDIA BUKU SAKU TERHADAP  
PENINGKATAN PENGETAHUAN DALAM  
PEMILIHAN JAJAN ANAK SD  
MUHAMMADIYAH 16 SURAKARTA

Nama Mahasiswa : Abidin Didik Achmadi

Nomor Induk Mahasiswa : J 300 120 051

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah  
Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tanggal 24 Agustus 2015  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Surakarta, 24 September 2015

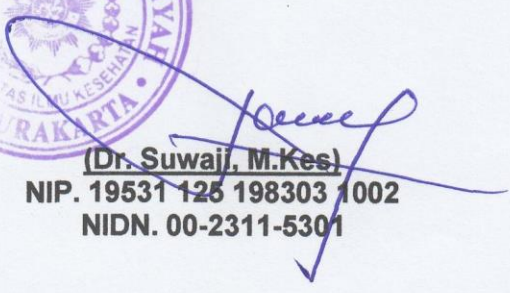
Penguji I : Muwakhidah, SKM., M.Kes (  )

Penguji II : Endang Nur W, SST., M.Si Med (  )

Penguji III : Elida Soviana, S.Gz., M.Gizi (  )

Mengetahui

Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Dekan

  
(Dr. Suwaji, M.Kes)  
NIP. 19531 125 198303 1002  
NIDN. 00-2311-5301



## **MOTTO**

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan”  
(Qs. Al Insyirah : 6)

“Siapa yang menuntut ilmu pengetahuan Allah akan  
memudahkan baginya jalan ke surga”  
(Hadist Riwayat Bukhori Muslim)

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Dengan rasa syukur Tugas Akhir Kuliah ini Kupersembahkan kepada :

1. Alloh SWT yang atas kebesaran-Nya Penulis mampu menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini
2. Bapak dan Ibu tersayang, terimakasih atas kasih sayang dan dukungan selama ini dalam menapaki hidup ini.
3. Saudaraku tercinta terima kasih atas semangat dan dukungannya.
4. Teman-teman angkatan '12 gizi D3 atas suka duka selama kuliah
5. Almamaterku

## **RIWAYAT HIDUP**

Nama : Abidin Didik Achmadi

Tempat/Tanggal Lahir : Surakarta, 18 Juli 1993

Jenis Kelamin : Laki-Laki

Agama : Islam

Alamat : Tuwak RT 01 / RW 02 Gonilan, Kartasura

Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK ABA Gonilan Tahun 1996

2. Lulus SD Negeri Gonilan 02 Tahun 2005

3. Lulus SMP Muhammadiyah 5 Ska Tahun 2008

4. Lulus SMA Negeri 2 Sukoharjo Tahun 2011

5. Menempuh pendidikan DIII Gizi di Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2012

## KATA PENGANTAR



*Assalamu'alaikum Wr Wb*

Alhamdulillah puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan limpahan rahmat dan karunia-Nya, Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Dengan usaha yang telah dilakukan Insya Allah dengan sungguh-sungguh sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Pengaruh Pendidikan Gizi tentang Makanan Jajanan Sehat dengan Media Buku Saku terhadap Pengetahuan dalam Pemilihan Jajan Anak SD Muhammadiyah 16 Surakarta”.

Selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mendapat banyak masukan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah membantu. Rasa terima kasih penulis ucapkan kepada:

1. Dr. Suwaji, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Setyaningrum Rahmawaty, A, M.Kes., Ph.D selaku Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Muwakhidah, SKM., M.Kes, selaku dosen Pembimbing I yang selalu sabar dan tidak bosan untuk memberikan bimbingan, bantuan dan arahan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Luluk Ria Rakhma, S.Gz., M.Gizi, selaku dosen Pembimbing II yang telah sabar dan tidak bosan untuk memberikan bimbingan, bantuan dan arahan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

5. Bapak dan Ibu dosen serta staf pengajar jurusan Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah memberikan bantuan dan arahan kepada penulis, semoga menjadi amal jariyah.
6. Bapak dan Ibuku tersayang serta saudaraku tercinta terimakasih atas kasih sayang dan dukungan selama ini dalam menapaki hidup ini.
7. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan secara langsung maupun tidak langsung dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

Semoga amal kebaikan dan bantuan yang telah diberikan, mendapatkan balasan yang sesuai dari Allah SWT, Amin. Penulis menyadari bahwa tulisan ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat diharapkan. Akhir kata penulis berharap semoga tulisan ini dapat bermanfaat bagi kita semua dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

*Wassalamu'alaikum Wr Wb*

Surakarta, Agustus 2015

Penulis



## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	
HALAMAN JUDUL .....	ii
ABSTRAK .....	iii
ABSTRACT .....	iv
HALAMAN JUDUL .....	v
PERNYATAAN KEASLIAN .....	vi
HALAMAN PERSETUJUAN .....	vii
HALAMAN PENGESAHAN .....	viii
MOTTO .....	ix
PERSEMBAHAN .....	x
RIWAYAT HIDUP .....	xi
KATA PENGANTAR .....	xii
DAFTAR ISI .....	xiv
DAFTAR TABEL .....	xvi
DAFTAR GAMBAR .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii
<b>BAB I    PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II    TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Landasan Teori .....	7
1. Anak Sekolah Dasar .....	7
2. Pengetahuan tentang Gizi .....	9
3. Pendidikan Gizi .....	11
4. Media Pendidikan Gizi .....	12
5. Buku Saku sebagai Media Pendidikan Gizi .....	15
6. Pandangan Islam terhadap Makanan .....	18
7. Jajan Sehat dalam Pandangan Islam .....	21
B. Kerangka Teori .....	25

C. Kerangka Konsep .....	26
G. Hipotesis Penelitian .....	26
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	27
B. Populasi dan Sampel .....	28
1. Populasi .....	28
2. Sampel .....	28
3. Sampling .....	29
C. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	30
D. Variabel Penelitian .....	30
E. Definisi Operasional .....	31
F. Pengumpulan Data .....	32
1. Jenis Data .....	32
2. Sumber Data .....	32
3. Cara Pengumpulan Data .....	33
G. Langkah-Langkah Penelitian .....	33
1. Instrumen Penelitian .....	33
2. Jalannya Penelitian .....	34
H. Pengolahan Data .....	35
I. Analisis Data .....	36
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum SD Muhammadiyah 16 Surakarta .....	37
B. Daya Terima Buku Saku siswa SD Muhammadiyah 16 Surakarta .....	38
C. Karakteristik Responden .....	39
D. Pengujian Hipotesis .....	44
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	54
B. Saran .....	55
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Jadwal Pelaksanaan Penelitian .....	30
Tabel 2. Definisi Operasional .....	31
Tabel 3. Statistik Diskriptif Pengetahuan Siswa kelas IV di SD Muhammadiyah 16 Surakarta tentang Pemilihan Jajan Anak sebelum melakukan Pendidikan Gizi dengan Media Buku Saku .....	40
Tabel 4. Statistik Diskriptif Pengetahuan Siswa kelas IV di SD Muhammadiyah 16 Surakarta tentang Pemilihan Jajan Anak sesudah melakukan Pendidikan Gizi dengan Media Buku Saku .....	42
Tabel 5. Pengaruh Pendidikan Gizi tentang Makanan Jajanan Sehat dengan Media Buku Saku terhadap Pengetahuan dalam Pemilihan Jajanan Anak SD Muhammadiyah 16 Surakarta .....	44

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori Penelitian .....	25
Gambar 2. Kerangka Konsep Penelitian .....	26
Gambar 3. Desain Penelitian .....	27
Gambar 4. Tingkat Pengetahuan Siswa kelas IV di SD Muhammadiyah 16 Surakarta tentang Pemilihan Jajan Anak sebelum melakukan Pendidikan Gizi dengan Media Buku Saku .....	41
Gambar 5. Tingkat Pengetahuan Siswa kelas IV di SD Muhammadiyah 16 Surakarta tentang Pemilihan Jajan Anak sesudah melakukan Pendidikan Gizi dengan Media Buku Saku .....	43

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1	Kuesioner Penelitian
Lampiran 2	Tabulasi Data Penelitian
Lampiran 3	Output Hasil Pengolahan Data
Lampiran 4	Dokumentasi Penelitian